Nr. 24. Kraków 20 lutego 1913 r. Bezpłatny dodatek do „NOWIN". (Osobno sprzedawać nie wolno).

PRAKTYCZNA GOSPODYNI

wychodzi w każdy czwartek jako dodatek do „Nowin"

wraz z Biblioteką powieściową „NOWIN"
- Romans i powieść -
10 tomów rocznie.

Piękno w mieszkaniu.

Zamało wzracamy uwagi na estetykę naszych mieszkań. Zwłaszcza da się to odczuć w mieście, gdzie tak rzadko ktoś posiada własny dom i nie wynajęte mieszkanie. Domy czynszowe błyszczą najczęściej powierzchownym szychem na zewnątrz i wewnątrz, obliczonym tylko na pierwsze wrażenie.

Przy wynajmowaniu nowego mieszkania pada się nieraz ofiarą tego pierwszego efektu; podoba się sztukaterya na suficie lub deseń tapet, więc i mieszkanie dobre, chociażby pozostawiało wiele do życzenia pod względem hygieny i ogólnej estetyki. Przy wyborze mieszkania rozstrzyga przedewszystkiem t. zw. salon i względy reprezentacyi. Ma się na uwadze przedewszystkiem tych cztery czy pięć wieczorów w roku, na których pojawiają się goście, a nie 360 dni zwyczajnych, kiedy w mieszkaniu przebywa sama rodzina.

Schlebiając gustom publiczności, wysadzają się architekci na piękne, błyszczące salony, zaniedbują inne pokoje. Zwłaszcza pokój sypialny, który powinien mieć najwięcej światła i powietrza, jest traktowany po macoszemu. To byłaby wina obopólna: lokatorów i kamieniczników.

Są jednak ciężkie grzechy przeciw hygienie i estetyce mieszkań, popełniane wyłącznie przez lokatorów. Jednym z najcięższych grzechów jest przepełnienie mieszkań meblami, przez co wypiera się z nich powietrze i zakłada prawdziwe magazyny kurzu.

Estetyczne urządzenie mieszkania nie jest rzeczą łatwą: dobór drzewa i materyi na meble, zastosowanie ich do tapet, lub całego stylu mieszkania, albo vice versa, wymaga nietylko specyalnego uzdolnienia i poczucia, ale co najważniejsza dużo pieniędzy. A przytem każdy pokój musi być urządzony nie tylko pięknie, ale również odpowiednio do swego przeznaczenia.

W salonie grzeszy się często przeładowaniem rzeczy zupełnie ze sobą nie harmonizujących, urządza się w nim formalne wystawy wszelkiego rodzinnego rupiecia, polując na efekt muzealny. Na komodach stoją szeregi wazonków bez kwiatów, gdy właśnie dopiero kwiat właściwą ich piękność i celowość uwydatnia, albo wstawia się w nie kwiaty sztuczne, których sztuczność każdy na pierwszy rzut oka dostrzeże. Ileż razy przesadza się na punkcie dywanów „perskich", bronzów, marmurów i obrazów.

Nieraz zbiór najbardziej wartościowych obrazów wywołuje w swej całości wprost przykre wrażenie niesymetryi, chaosu barw i linij, płócien i ram.

Wogóle trudno kogoś smaku nauczyć; po części on jest wrodzony, po części nabywa się go przez ciągłe obracanie się wśród rzeczy pięknych i przez obcowanie z ludźmi, poczucie to posiadającymi.

Idealne mleko.

Czem jest mleko w życiu człowieka, jak ważną odgrywa rolę w ogólnym systemie odżywiania się ludzkości, zwłaszcza w pierwszych latach pobytu na tym padole płaczu — przypominać nie potrzeba.

Oddawna już zwrócono uwagę, że mleko jednak, dostarczane ludziom w sposób odwieczny praktykowany wiele pozostawia do życzenia, głównie pod względem czystości. Gdy zaś bakteryologia dowiodła, że gruźlica, ten największy wróg ludzi, szerzy się również i wśród rodzaju krowiego, i że z mlekiem połykamy setki, a może i tysiące mikrobów gruźliczych, istny popłoch zapanował między ludźmi. Co robić?

Zaczęto stosować najrozmaitsze sposoby, mające na celu tępienie bakteryi w mleku. Najskuteczniejszym okazało się „sterylizowanie" mleka, to jest poddanie go ogrzaniu w wysokiej ciepłocie. Sterylizacya szybko się przyjęła i rozpowszechniła.

Wkrótce jednak przekonano się, że mleko sterylizowane pozbawione jest najważniejszych swych własności odżywczych. Niema w niem wprawdzie bakteryi, ale niema i tego, co w mleku być powinno.

Jedynie tylko mleko czyste może czynić zadosyć żądaniom, jakie mu stawiamy. — Ale zapewnienie mu czystości nie jest tak łatwą rzeczą, jakby się zdawało.

W Stanach Zjednoczonych poczyniono pierwsze próby ku zapewnieniu konsumentom mleka idealnie czystego. Założono w Stanie Nowojorskim kilka mleczarni „wzorowych".

Co prawda i u nas są mleczarnie „wzorowe", ale między naszemi a nowojorskiemi jest tak wielka różnica, że bodaj dla ciekawości warto przyjrzeć im się bliżej.

Naszych mleczarń opisywać nie potrzeba; znamy je mniej więcej wszyscy. W amerykańskich mleczarniach wzorowych przyjęto za zasadę utrzymanie w jak najściślejszej czystości krów, ludzi około nich zajętych i naczyń używanych do mleka.

Sterylizuje się tam wszystko, co wchodzi w styczność z mlekiem, z wyjątkiem tylko mleka samego.

Mleczarnia wzorowa amerykańska składa się z obory, z oddzielną izbą do dojenia, oraz izb, gdzie myje się krowy, naczynia i rozlewa mleko. Zajęcie zaczyna się od rana. Każda krowa z obory idzie do „umywalni". Tu myją ją szczotkami i gąbkami i wycierają ścierkami sterylizowanemi.

Następnie dojenie. Każda „dójka" przed przystąpieniem do swej czynności udaje się do kąpieli, ubiera się w odzież świeżą dwa razy dziennie steryIizowaną. Mleko wydojone za pomocą specyalnych bębnów (również za każdym razem sterylizowanych) przechodzi do chłodników, gdzie zazaz po ochłodzeniu napełnia się niem flaszki.

Zbytecznem byłoby dodawać, że te ostatnie starannie są myte i sterylizowane.

Flaszki z mlekiem trzyma się wciąż w zimnej wodzie. Zatyczki przyrządzone są z masy specyalnej papierowej, wysterylizowanej; wydaje je lekarz, specyalnie mający je pod swą opieką. Flaszki rozsyła się tuzinami, w skrzynkach, obłożone lodem.

Obora utrzymana jest w nadzwyczajnej czystości; podłogę ma cementową, dwa razy dziennie mytą, — ściany z tafli porcelanowych; — oświetlenie i wentylacya znakomite.

Łatwo domyśleć się można, że tego rodzaju utrzymanie mleczarni jest bardzo kosztowne, więc też i mleko z nich jest bardzo drogie. Butelka mleka kosztuje przeszło koronę. Ale mleczarnie nie mogą nastarczyć żądaniom, tak wielki jest pokup na to „idealne" mleko. Ale bo też i wyniki są znakomite: w mleku zwykłem bakteryolog odnajduje kilka milionów bakteryi w centymetrze sześciennym; w mleku „idealnem" znajduje ich najwyżej kilkaset, a pomiędzy niemi nigdy niema chorobotwórczych.

Przepisy kulinarne.

Potrawka cielęca z zielonym groszkiem. Cielęcinę od dyszka udusić z włoszczyzną i korzeniami na maśle, podlewając rosół zabielony łyżką mąki. Osobno gotuje się pół kwarty zielonego groszku, bo którego dodaje się mały kawałek cukru i łyżkę masła. Gdy groch już ugotowany, dolać w niego trochę sosu z cielęciny i razem podać na półmisku, polewając masłem, w którym się zarumieniła dobra łyżka tartej bułki.

Nóżki cielęce w galarecie. Nóżki cielęce bardzo pedantycznie oczyścić, potem zagotować. Wodę odlać, wypłukać, a świeżą nastawić i już na dobre gotować z włoszczyzną i zielem angielskim, bobkowemi liśćmi, pieprzem i cebulą. Można dołożyć kawałek

Nowoczesne tortury.

Jedna z pań podczas niedawnej bytności swej w Paryżu zwiedziła zakład leczniczy mający na celu upiększanie twarzy i w sposób następujący opisuje, co widziała i sama na sobie doświadczyła:

„Przedewszystkiem jeden z licznych współpracowników „wielkiego szefa" pokrył mi twarz kawałkami płótna, zmoczonemi w bardzo gorącej wodzie. Kawałki te zmieniał co pół minuty. Procedura taka trwała mniej więcej kwandrans, aż cała twarz stała się czerwoną. Później posmarował mi twarz kremem ogórkowym i począł masować przez pięć minut policzki, skronie, podbródek, jamy oczne według jakiegoś specyalnego przepisu. Po masowaniu ręką, masował kulką z kości słoniowej, poczem twarz całą nacierał dosyć długo kawałkiem miękkiej gumy białej. Czułam się tak umęczona i wyczerpaną tym zabiegiem, iż prosiłam, by zaprzestał. Wówczas obmył mi twarz jakąś wodą tualetową i zapudrował silnie pachnącym pudrem.

Wziął się do oczu!

Brwi jakiemś specyalnem żelazkiem wąsko ufryzował, poczernił ołówkiem i w stronę skroni przedłużył. Do wnętrza oka, przy pomocy pompki wprowadził jakiś czarnoniebieski proszek, który zabarwił mi białko oka na kolor niebieskawy i nadał oczom jakiś nieokreślony blask wilgoci. Opowiadał mi przytem, iż zaradzić mogą nawet brakowi odpowiednio długich rzęs, posiadają bowiem na rybim pęcherzu naklejone rzęsy, które jakoby niedostrzegalnie nakleić można. Gdy potem uróżował mi końce uszu, wargi i podbródek, zajął się moją fryzurą, jednocześnie pomocnik jego polerował moje paznogcie i doprowadzał do jakoby należytego porządku moje ręce.

Zaproponowano mi, bym dla dobra mej koafiury kupiła jakieś pasemko włosów, kosztujące ni mniej ni więcej tylko 60 franków...

Finita la comedia. Skończył. Spojrzałam na zegarek, przeszło dwie godziny siedziałam. Zapłaciłam rachunek, wynoszący koło stu franków i wróciłam do hotelu, gdzie, o zgrozo, musiałam ustąpić naleganiom mego męża, nieznoszącego żadnych kosmetyków, i wszystko za pomocą mydła i szczotki doprowadzić do dawnego stanu..."

Tyle mąk i dla jakiego celu? Zaiste, trzeba być ślepą zwolenniczką jakiejś niedorzecznej mody, by nie żałować na rzecz taką i pieniędzy i czasu. O ile rozsądniej postępowały, jak mieliśmy już o tem sposobność wspominać nasze prababki, dla których zwykła woda zimna była „alfą" i „omegą" kosmetyki.

loju. Rosół z tego należy zszumować, poczem gotować cztery godziny, t. j. aż mięso na nóżkach będzie zupełnie miękkie. Poczem ułożyć nóżki na desce, odłączyć mięso od kostek i mięso tasakiem posiekać. Posolić je i popieprzyć i zmieszać z sosem sklarowanym białkami. Formę blaszaną zwilżyć wodą zimną i w lać w nią tę całą masę i odstawić na zimno. Gdy ostygnie, wyjąć je z formy, podać do nich ocet i oliwę. Smaczniejsza jest galareta, gdy się do 4 nóżek cielęcych doda dwie wieprzowe i razem gotuje.

Nóżki cielęce w cieście. Nóżki cielęce dobrze oczyścić, opłukać w kilku wodach, ugotować. Wzdłuż, koło kopytek przekrajać je na połowę. Potem posolić, żółtka dobrze rozbić, pianę ubić z białek, zmieszać, maczać w tych jajkach nóżki posolone i obsypane troszeczką mąki, by jaja do nich lepiej przylgnęły i smażyć na bardzo gorącym maśle.

Obiady gospodarskie.

Dyspozycye na tydzień z uwzględnieniem pory roku.

Piątek 21 lutego (post).

Zupa rybna z kluseczkami. Sandacz ze sosem musztardowym. Szarlotka z jabłek.

Sobota 22 lutego (post).

Zupa grzybowa ze śmietaną. Ziemniaki z jajami i grzybami, zapiekane w piecu. Legomina z kaszki.

Niedziela 23 lutego.

Rosół z francuskiemi kluskami. Zając z buraczkami. Kalafiory z masłem. Krem czekoladowy.

Poniedziałek 24 lutego.

Barszcz z uszkami. Kiełbasa smażona z kapustą i ziemniakami. Kompot ze śliwek i z jabłek.

Wtorek 25 lutego.

Kapuśniak z ziemniaczkami. Cielęce kotlety z marchewką. Kruche ciasto z marmoladą morelową.

Środa 26 lutego (post).

Zupa parmezanowa z makaronem włoskim. Kotlety z kaszy hreczanej z sosem kaparowym ostrym. Budyń z sokiem malinowym.

Czwartek 27 lutego.

Zupa grochowa. Wędzonka z kapustą. Kotleciki z móżdżku. Omlet z konfiturami.

Ulubiona potrawa króla Jana III.

Podajemy tu staropolski, a raczej starofrancuski przepis (bo król Jan miał z pewnością kucharza francuskiego) na „arkas". Bierze się kwartę mleka, kwaterkę młodej śmietany, 10 żółtek, cukru do woli z zapachem cytrynowym i wyciśnięty sok z jednej cytryny. Zmięszawszy to razem, ubija się mocno i wlewa w formę, którą trzeba przedtem popłóknąć wodą różaną. Legüminę gotuje się na parze; skoro mleczko się zasiądzie, studzi się je, wykłada na półmisek i oblewa kwaśną śmietaną z cukrem, lub sokiem.

Ten przepis zainteresuje z pewnością nasze Szan. Czytelniczki.

Kącik humorystyczny.

Który najlepszy?

— Mój mąż mnie uwielbia.
— A mój mąż mnie ubóstwia.
— A mój mąż pozwala mi co roku chorować i do wód jeździć!

Mody w dawnej Polsce.

Kobiety polskie lubiły jasne i żywe kolory, ale od starszych mężatek wymagano, aby ubierały się w czarny atłas lub aksamit i czepiec z tkaną perłami bramką, przepasującą czoło. Wdowy nie nosiły jedwabiów, tylko wełny: czamlet i muchajer czarny, czapeczkę i płaszcz tego koloru. Panienka musiała być przestowłosa, to jest chodzić z gołą głową, opasaną wiankiem róż lub liołków, na szyi mieć kryzę i stanik czyli gorset, z pod którego bieliło się giezłeczko.

Suknie bywały „pod gardło", lub „opadłe", to jest do połowy piersi, nie odsłaniały jednak gołego gorsu, zakrytego zawsze giezłem, czyli koszulką z batystu lub cienkiego płótna, haftowaną bogato i ozdobioną złotem. Na szyi noszono do połowy XVII-go wieku kryzy i gargiele. Jako strój głowy służyła także podwika, rodzaj zawoju z lekkiej materyi, a potem kwef, z początku oznaczający zarazem nakrycie i fryzurę; do wyjazdu używano czapek, biretów i kołpaczków.

Kiedy z Maryą Ludwiką nastała moda sukien wyciętych, powstał gwałt wielki: gorszono się obnażoną szyją i gołemi piersiami, wysoką fryzurą *à la Fontange*, pudrem, muszkami, „ruchem" (ogonem u spódnicy) i obfitością wstęg, czyli „galantów".

Klejnotami chętnie zdobiły się nasze panie i szlachcianki. Na głowie nosiły korony, rodzaj złotego dyademu z drogimi kamieniami. Wojewodzina smoleńska, z Tarnowskich Firlejowa, miała na swojem weselu koronę, szacowaną na 50.000 zł. p.; wartość korony wojewodziny ruskiej, Wiśniowieckiej, wynosiła 800.000 zł. p. W XVII-ym wieku przeplatano włosy perłami, noszono kity z brylantów, siatki perłami tkane.

Niemniej kosztowne były *kanaki*, opasujące samą tylko szyję, *manele* (bransolety), *pontały*, inaczej zawieszenia, małe arcydzieła sztuki złotniczej, noszone na łańcuchu, *ferety*, przytwierdzone do stanika i rękawów. Wśród klejnotów Urszuli Sieniawskiej (1640 r.) było 5.000 dyamentów, szmaragdów, szafirów i rubinów, oprócz cennych pontałów i tylu pereł, że można było mierzyć je kwartami. Fantastyczny jest inwentarz klejnotów Maryi Potockiej, z domu Mohilanki, oszacowany niżej wartości przez trybunał lubelski na sześć milionów zł. p. Były tam łańcuchy, włokące się po ziemi, kanaki po 2.000 i 3000 dukatów, niezliczona ilość sznurów pereł, dwie korony osypane rubinami i dyamentami, 30 dużych agraf rubinowych, 100 pierścieni, z których jeden był wart 6.000 dukatów i cała szkatuła nieoprawnych kamieni.

Ze świata.

Kobiety samotnice. Paryski „Matin" zamieszcza na naczelnem miejscu artykuł p. Brieux, profesora „Akademii francuskiej", który wyjaśnia powody samotności kobiet. Stwierdza przedewszystkiem, że we Francyi jest d w a miliony kobiet samotnych którym los odmówił upragnionego szczęścia wyjścia za mąż.

Kategorye kobiet samotnych we Francyi, podane przez Brieuxa są następujące: Kobiety „samotne" do czasu, które mogą jeszcze znaleźć męża, lecz najwięcej jest takich które nie mają prawie żadnych widoków wyjścia za mąż, gdyż nie posiadają żadnego majątku. Wiele z nich mimo wszystko jeszcze nie traci nadziei, ale są między nimi także takie, które o tem „szczęściu" już ani marzyć nie mogą. Pozatem jest kilkaset tysięcy wdów, rozwódek i kobiet opuszczonych — czyli w całej Francyi jest przeszło dwa miliony starszych kobiet samotnych, niezamężnych.

W innych krajach także nie jest lepiej. Kobieta w dzisiejszych czasach — pisze Brieux jest zupełnie inną, niż kobieta z przed stu, choćby z przed trzydziestu lat. Dzisiaj życie młodej dziewczyny wypełnia konwersacya, pensyonat, szkoły, a jak najmniej praca domowa przy boku matki. Jak mężczyzna ma sądzić o takich kobietach? — pyta prof. Brieux. — Źle! bo nie może pojąć, aby kobieta, która stworzoną jest na towarzyszkę mężczyzny i stanowi niejako jego uzupełnienie, która w pojęciu mężczyzny powinna być tylko cackiem, którem by się mógł bawić, aby ta kobieta przybrać chciała zalety mężczyzny samego i w zawodzie jego tworzyć mu konkurencyę. Raz powzięte zniechęcenie pogłębia się w nienawiść, bo mężczyzna zaczyna w kobiecie uważać swoją konkurencyę, konkurencyę mającą przewagę bo pracuje taniej i ma mniejsze wymagania, dlatego mężczyzna z natury rzeczy jest i będzie wrogiem kobiety.

Przygotowuje się — pisze dalej Brieux — rewolucya socyalna, spowodowana częścią przez kobiety same, częścią przez stanowisko młodych mężczyzn, którzy żenić się chcą tylko bogato. Obawiam się — kończy prof. Brieux — że ta wojna pomiędzy obu rodzajami ludzkiemi w następstwach swych będzie straszną i spowoduje zupełny przewrót.

Przy tem wszystkiem kobiety „samotne" rzeczywiście są pożałowania godne, bo nie tyle one są sobie winne, ile dzisiejszy ustrój społeczny i warunki życiowe. Te wymagają reform, zmian — lecz jak je wykonać?...

Edison o hygienie pracy umysłowej. Jak ma żyć człowiek, pracujący umysłowo w czasach wzmożonej nerwowości i ogólnego przepracowania? Lekarze zalecają neurastenikom — których jest tylu — by parę razy na rok conajmniej zażywali zupełnego odpoczynku i żyli — roślinnie. Otóż wielki mąż nauki i pracy oświadcza się przeciw temu. Znakomity wynalazca Edison twierdzi, że kardynalnym błędem obecnej doby jest, iż ludzie za dużo jedzą, za dużo śpią — a za mało pracują, choć mówią wciąż o tem przepracowaniu.

—„Ja — mówił Edison do przyjaciela — przez dwa miesiące spożywałem po trzy razy na dzień, nie więcej, jak cztery uncye. A rezultat był taki, że po dwumiesięcznej dyecie ważyłem tyle, co przedtem, ale czułem się daleko rzeświejszym i sposobniejszym do pracy umysłowej, nie będąc bynajmniej osłabionym. Pięciogodzinny sen jest zupełnie wystarczającym. Ludzie, którzy potrzebują ciągłe wypoczynku, nie odpoczywają po przepracowaniu, lecz — po przejedzeniu się. Niema, jak ciągła praca na neurastenię. — Oczywiście t a k a recepta stosuje się do ludzi zdrowych i silnych jak Edison.

Jadalne bukiety. Pomysłowi i praktyczni Amerykanie obmyślili teraz nowy sposób strojenia stołów biesiadnych. Zamiast pięknych ale szybko więdnących kwiatów, używają oni do tego owoców, które układają w bukiety i ustawiają je przed biesiadnikami. Podobno rozsyła się także takie wiązanki z winogron wybranej pannie z czułym listem. Jest to, przyznać trzeba, łączenie „utile cum dulci".

Z pokoju dzieci.

Miły chłopaczek.

— Czy Jaś już przyszedł ze szkoły?
— Widocznie, bo kot schował się już za szafę.

Rzetelny Józio.

— Czego płaczesz Józiu?
— A bo mnie Wicuś palnął w ucho tak, że aż mi zadzwoniło.
— Trzeba mu było oddać.
— Ale... kiedy ja mu przedtem oddałem.

Sprytny Piotruś.

— Wie tatuś, już wymyśliłem sobie co dać mamusi na imieniny.
— Cóż takiego?
— Napiszę do bociana, żeby nam przyniósł małą dziewczynkę, włożę ją w mój wózek, a tatuś ładnie napisze mi na kartce: „Od twego syna Piotrusia".

Odpowiedzi redakcyi.

W. Pani W. w Wieliczce. Boraksu (w małej ilości) używa się do zmiękczenia wody przy praniu drobiazgów, które wymagają krochmalenia, celem uzyskania ładnego połysku przy prasowaniu.

Wnej Pani Irenie G. Bluzkę złotego koloru z liberty najbezpieczniej up[illegible]ć w benzynie, ale nie trzeba żałować tego płynu, lejąc obficie na miednicę i zmieniając kilkakrotnie. Piorąc, *nie wyżymać*, tylko delikatnie wyciskać w ręku, by się materya nie przełamywała, potem gdy przeschnie, prasować z lewej strony mocno żelazem.

Wydawca: Krakowskie Tow. wydawnicze. Odpowiedzialny i naczelny redaktor: Ludwik Szczepański. Drukiem Aleksandra Rippera w Krakowie